BlueCross BlueShield of Texas

TEXAS Health and Human Services | CHIP | TEXAS STAR Your Health Plan ★ Your Choice

Guía de recursos para mujeres embarazadas y madres recientes

Mi lista de cosas por hacer:

- ☐ programar una consulta prenatal dentro de las primeras 12 semanas de embarazo o dentro de los primeros 42 días de cobertura;
- ☐ inscribirme en Special Beginnings®;
- ☐ programar una consulta posparto de una a 12 semanas después del parto.

espanol.bcbstx.com/medicaid/

SCM-6265 753879.0720

Blue Cross and Blue Shield of Texas (BCBSTX, en inglés) está aquí para apoyarla durante su embarazo y después del parto. Tenemos administradores de servicios, servicios con valor agregado, programas y recursos disponibles para ayudarla a obtener la atención médica que necesita durante esta época emocionante.

Asegúrese de completar su lista de cosas por hacer:

1. Programe su primera consulta prenatal dentro de las primeras 12 semanas de embarazo o dentro de los primeros 42 días de cobertura.
2. Inscríbase en el programa Special Beginnings.
3. Programe una consulta posparto de una a 12 semanas después del parto.

Exámenes importantes durante el embarazo

Consultas prenatales

Llame a su médico apenas se entere de que está embarazada para comenzar a recibir atención prenatal. Asegúrese de ir a todas las consultas prenatales indicadas por su médico. Debe tener su primera consulta prenatal dentro de las primeras 12 semanas de embarazo o dentro de los 42 días de haberse afiliado a BCBSTX.

La atención prenatal puede ayudar a reducir los siguientes riesgos:

- parto prematuro o nacimiento con bajo peso (5 libras y media o menos);
- diabetes gestacional;
- preeclampsia, que se presenta cuando la presión sanguínea se eleva a un nivel alto y riesgoso;
- anemia, que puede ocurrir cuando la cantidad de glóbulos rojos es inferior a la normal.

Programas y recursos para usted y su bebé

Special Beginnings

El programa Special Beginnings puede ayudarla a entender y manejar mejor su embarazo. Al inscribirse en el programa, se le asigna un administrador de servicios de Special Beginnings. Su administrador de servicios es un enfermero capacitado que la informará sobre su estado de salud y el de su bebé, y que la llamará hasta seis semanas después de que nazca su bebé. Su administrador de servicios puede enseñarle cómo tomar decisiones saludables para usted y su bebé, encontrar recursos relacionados con el embarazo si los necesita y colaborar con su médico si tiene necesidades médicas especiales durante el embarazo.

Si está embarazada y quiere inscribirse en el programa Special Beginnings, llámenos sin costo al **1-888-421-7781** o envíe un correo electrónico al programa a TXSBMedicaid@bcbstx.com.

Aunt Bertha

Aunt Bertha es una base de datos en línea que ayuda a los asegurados de BCBSTX a encontrar recursos para conseguir suministros, alimentos y ropa para bebés, vivienda y cuidado infantil, entre otros. Encuentre programas, conéctese a servicios y solicite asistencia en communityservices.bcbstx.com (disponible solo en inglés).

Programa de Gestión de Servicios en unidades de cuidados intensivos neonatales (NICU, en inglés)

Los bebés prematuros con problemas de salud o los bebés que necesitan cuidados especiales cuando nacen pueden ingresar en NICU del hospital. En BCBSTX ofrecemos el programa de Gestión de Servicios en NICU para brindar más apoyo emocional, información y recursos a las familias de los bebés internados en NICU durante el primer año del bebé. Si su bebé ingresa en NICU, un administrador de servicios capacitado de nuestro equipo de Special Beginnings la llamará para invitarla a participar en el programa.
Si tiene preguntas o quiere más información sobre el programa de Gestión de Servicios en NICU, llame sin costo al **1-888-421-7781** (TTY: **7-1-1**).

Healthy Texas Women

Si ya no tiene Medicaid después del nacimiento de su bebé, es posible que pueda obtener atención médica y servicios para familias a través del programa Healthy Texas Women. El programa Healthy Texas Women ofrece exámenes de planificación familiar, exámenes preventivos y anticonceptivos a mujeres de entre 18 y 44 años cuyos ingresos del hogar son iguales o inferiores al límite de ingresos del programa (185% del nivel federal de pobreza). Para obtener más información sobre este programa y sobre cómo inscribirse, visite https://www.healthytexaswomen.org/es.

Cuidado personal después del parto

Consulta posparto

Debe programar una consulta posparto entre una y 12 semanas después del parto. Durante esta importante consulta, su médico se asegurará de que tenga un buen estado de salud después del nacimiento del bebé.

El médico la examinará o le hablará sobre lo siguiente:

- opciones de planificación familiar o de métodos anticonceptivos;
- el útero (la matriz), para ver si ha regresado a su tamaño normal;
- su actual estado emocional y hábitos para el cuidado de la salud de la mujer;
- cualquier problema que tenga o dolor en los pechos;
- posibles incisiones por cesárea o desgarros durante el parto.

Llame a Servicio al Cliente de BCBSTX al **1-888-657-6061** (TTY: **7-1-1**) si necesita ayuda para programar su consulta prenatal o posparto o para conseguir transporte.

Servicios con valor agregado para mujeres embarazadas y madres recientes

BCBSTX ofrece estos servicios con valor agregado (VAS, en inglés) sin costo alguno para usted. Los servicios con valor agregado pueden estar sujetos a restricciones y limitaciones.

Servicios con valor agregado	Descripción
Opciones de incentivos para atención prenatal	Las aseguradas embarazadas pueden elegir un asiento infantil para el automóvil o una cuna portátil al realizar una consulta prenatal oportuna e inscribirse en nuestro programa Special Beginnings.
Clase prenatal con incentivo de bolso maternal	Las aseguradas embarazadas pueden asistir a una clase prenatal en persona o en línea y recibir un bolso maternal gratuito con artículos para el cuidado del bebé.
Kit de bienvenida al hogar para madres recientes	Las aseguradas con cobertura vigente al dar a luz pueden recibir un kit de bienvenida al hogar para madres recientes con artículos para el cuidado del bebé.
Asesoramiento para la lactancia y kit de apoyo	Las aseguradas con cobertura vigente al dar a luz pueden recibir sin costo un kit de apoyo para la lactancia y asesoramiento sobre cómo amamantar en el hogar o por teléfono.
Asistencia con alimentos frescos y saludables para aseguradas embarazadas	Las aseguradas embarazadas pueden recibir hasta $50 por año en frutas y verduras frescas con envío a domicilio.

Servicios con valor agregado	Descripción
Entrega de comidas a domicilio	Las aseguradas pueden recibir hasta 14 comidas con envío a domicilio después del alta del hospital.
Servicios dentales para aseguradas adultas	Las aseguradas de 21 años o más con cobertura STAR y las aseguradas de 19 años o más con cobertura CHIP Perinate pueden recibir hasta $250 en servicios dentales por año.

Para obtener más información sobre los servicios con valor agregado de BCBSTX, llame a Compromiso con el Asegurado al **1-877-375-9097** (TTY: **7-1-1**).

BlueCross BlueShield of Texas

Aunt Bertha es una compañía independiente que proporciona listas de recursos comunitarios y programas de descuento a los asegurados de BCBSTX.

Blue Cross and Blue Shield of Texas cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, país de origen, edad, discapacidad ni sexo.

ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-855-710-6984 (TTY: 711).

CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số 1-855-710-6984 (TTY: 711).

Blue Cross and Blue Shield of Texas, una división de Health Care Service Corporation, a Mutual Legal Reserve Company, licenciataria independiente de Blue Cross and Blue Shield Association